SOKÓŁ NA ŚLĄSKU

CZOŁEM

Czasopismo dla członków Związku Sokołów Polskich Dzielnicy Śląskiej

Wychodzi co miesiąc — Numer niniejszy kosztuje **20 groszy** — Konto czekowe: **P. K. O. Katowice 301 550** — Telefon numer **613**

Sekretarjat dzielnicowy, Redakcja i Administracja mieszczą się w Katowicach ul. Ks. Damrotha 8, parter prawa

Rok IX *** **Katowice, lipiec 1930 roku** *** **Numer 7**

Z PRZEWODNICTWA DZIELNICY

KOMUNIKATY DZIELNICY.

18. Zlot w Białogrodzie.

Na Zlot Sokolstwa Jugosłowiańskiego w Białogrodzie wyjechała z Dzielnicy Śląskiej dnia 25-go czerwca br. delegacja, złożona z 52 osób z prezesem dhem Dreyzą i wiceprezesem dhem Kowalczykiem na czele, między któremi znajdowało się 26 druhów i 5 druchen ćwiczących.

Pierwotnie planowany udział Sokolstwa Dzielnicy naszej w zawodach z jednym zastępem oraz ćwiczeniami odrębnemi, dalej wysyłka 3 instruktorów i sprawozdawcy technicznego — musiał być w ostatniej chwili zmieniony, ponieważ do ćwiczeń odrębnych Dzielnicy zamało zgłosiły Okręgi druchen, zaś z powodu nieuzyskania przyrzeczonej subwencji, musiało Przewodnictwo zrezygnować z wysyłki zastępu i instruktorów.

Tem samem naczelnik Dzielnicy solidaryzując się z zawodem, jaki dotknął szczególnie druhów z zastępu, którzy prawie przez pięć miesięcy przygotowywali się do występu na zawodach, zrezygnował z wyjazdu do Białogrodu.

By powyższe swe zarządzenia wyświetlić, stwierdza Przewodnictwo Dzielnicy, że do ostatniej chwili nie ustało w staraniach, by zdobyć fundusze na wysyłkę reprezentacyj, wszystkie jednak wysyłki nie odniosły pożądanego rezultatu.

19. Zlot Okręgu III.

W dniach 5 i 6 lipca br. odbędzie się w Król. Hucie na Stadjonie Zlot Okręgu III ze współudziałem wszystkich Okręgów Dzielnicy Śląskiej. Bliższe szczegóły ogłoszone zostały w dodatku technicznym Nr. 4 oraz w poprzednich numerach organu.

Wzywa się Okręgi do licznego wzięcia udziału w powyższym zlocie.

20. Pięciolecie Gniazda Zabrzeg i 25-lecie Gniazda Dziedzice.

Dnia 13 lipca br. obchodzi uroczystość pięciolecia Gniazdo Zabrzeg (koło Dziedzic), zaś 3. sierpnia br. 25-ciolecie Gniazdo Dziedzice, Okręg X.

W uroczystościach powyższych zezwoliło Przewodnictwo Dzielnicy branie udziału Gniazdom z innych Okręgów Dzielnicy Śląskiej.

Zachęca się Gniazda do urządzenia wycieczek na powyższe uroczystości.

POSIEDZENIA.

Posiedzenie Przewodnictwa Dzielnicy

dnia 4. czerwca br. Obecni dhowie: Dreyza prezes, Kowalczyk, Koźlik, Hamburger, Ringlerówna, Smoczyk, Kuszyński i Zontek.

Gniazdom Szczyrk i Siersza Wodna z okazji poświęcenia sztandarów uchwalono wysłać życzenia i po 5 zł za gwoździe.

Przyjęto do wiadomości potwierdzenie dha Ciszewskiego o przyjęciu urz. czł. sądu honorowego.

Przyjęto do wiadomości zaproszenie na posiedzenie Zarządu Związku w dniu 15. VI. z tem, że wyznaczeni delegaci Dzielnicy wyjadą na to posiedzenie.

Na uroczystości Związku Śpiewaków wydelegowano dhów Dreyzę i Smoczyka.

Okręgowi Poznańskiemu, zapraszającemu na Zlot w dniu 6. lipca donieść, że delegatów nie wysyła się, ponieważ w tym dniu odbywa się u nas Zlot Okręgu III.

Wniosek Okręgu XII o nadanie zaszczytnej odznaki dhowie Szymańskiemu z Wełnowca, wysłać do Związku.

Przyjęto do wiadomości sprawozdanie z Walnego zebrania Gniazda Rybnik i załatwienie sprawy sali tegoż Gniazda, dalej sprawozdanie z ukonstytuowania się Zarządu Rady Sportowej Woj. Śl. oraz negatywne załatwienie sprawy subwencji przez Radę Sportową.

Uchwalono poczynić starania u Wojewody Śląskiego o subwencję na wysłanie zastępu zawodniczego do Białogrodu.

Posiedzenie Przewodnictwa Dzielnicy.

Dnia 11 czerwca br. obecni druhowie: Prezes Dreyza, Koźlik, Hamburger, Brzeskot, Nowakowski, Sokołowski, Smoczyk, Ringlerówna, Wójcik, Zontek.

Przyjęto do wiadomości rezygnację dha Gałeczki z członka Przewodnctwa Dzielnicy.

Omówiono szczegółowo wyjazd Dzielnicy do Białogrodu i uchwalono wydać Okręgom szczegó-

łowy rozkaz. Kierownikiem oddziału ćwiczących mianowano dha Urbańczyka, naczelnika okręgu IV, zaś niećwiczących dha Dra Wróblewskiego, wiceprezesa okręgu II.

Na Zarząd Związku wydelegowano druhów Kowalczyka i Wójcika.

Zatwierdzono uchwałę Naczelnictwa o mianowaniu druhów Króla i Szydły delegatami do Przewodnictwa.

Na wniosek okręgu II zatwierdzono uchwałę Walnego Zebrania Załęskiej Hałdy o mianowaniu dha Poloczka członkiem honorowym Gniazda.

Przyjęto podziękowanie kapituły Biskupiej za wyrazy współczucia i udział w pogrzebie Biskupa Śląskiego

Posiedzenie Przewodnictwa Dzielnicy.

18 czerwca br. obecni druhowie Prezes Dryza, Kowalczyk, Koźlik, Hamburger, Ringlerówna, Smoczyk, Wójcik, Zontek.

Przyjęto do wiadomości sprawozdanie z posiedzenia Zarządu Związku.

Uchwalono zastępu zawodniczego do Białogrodu oraz instruktorów i sprawozdawcy technicznego nie wysyłać, ponieważ wszelkie starania o subwencję zawiodły. Naczelnik Dzielnicy zrzekł się z tego samego powodu wyjazdu do Jugosławji.

Sprawę podjęcia przez Okr. II subwencji przyznanej Dzielnicy przez Magistrat miasta Katowic po wyjaśnieniu przyjęto do wiadomości.

Decyzję o urządzeniu kursu odroczono do następnych dni i uzależniono od zdobycia funduszów na ten cel.

Na Zlot okręgu III w Król Hucie w dniu 6 lipca wydelegowano druhów wiceprezesa Koźlika i naczelnika Hamburgera do Rydułtów na 10-lecie Gniazda, w dniu 5 lipca dha wicepr. Koźlika.

Gniazdom Dziedzice i Zabrzeg zezwolno na zaproszenie na ich uroczystości innych Gniazd i Okręgów z Dzielnicy poza okręgiem X.

Gniazdu Biertułtowy zezwolono na zakup materji na mundury za wręczeniem weksli.

Z NACZELNICTWA DZIELNICY

Z Sekretarjatu Dzielnicy.

W czasie wakacyj letnich Sekretarjat Dzielnicy otwarty będzie codziennie, z wyjątkiem sobót i dni świątecznych od godz. 10 — 13-tej i od 15 — 18-tej w soboty od godz. 10 — 13-tej.

---

11. Odwołanie kursu Dzielnicowego.

Uchwałą Przewodnictwa Dzielnicy z 18. VI. br. został odwołany kurs Dzielnicowy, który miał się odbyć w dniach 7—27 lipca br. w Żywcu.

Do tego kroku zmuszonem zostało Przewodnictwo Dzielnicy, brakiem funduszów, oraz nieotrzymaniem subwencji przyrzeczonej na ten cel przez miarodajne czynniki.

12. Dziesięciobój Sokoli.

W dniu 15 czerwca br. odbyły się Dzielnicowe zawody w dziesięcio-boju Sokolim o odznakę Sokolą, do których zgłosiły:

Okręg II z Gniazd Bogucice i Katowice II 7 druhów
„ III z Świętochłowic 2 „
„ XI z Orzesza 1 „
„ XII z Siemianowic 3 „
„ XIII z Rudy 1 „

Razem z 5 okręgów 6 gniazd zgłoszono 14 druhów.

Natomiast do zawodów stanęło:
Z okr. II z 2 gniazd 3 druków,
Z okr. XI z 1 gniazda 1 druh,
Z okr. XII z 1 gniazda 2 druhów,
Z okr. XIII z 1 gniazda 1 druh.

Razem z 4 okręgów z 5 gniazd stanęło 7 druhów.

Na możliwych 1000 pkt. uzyskał:

1. Arendarczyk Józef, Bogucice (II) 574 pkt.
2. Breguła Wilhelm, Siemianowice (XII) 423 pkt.
3. Palion Antoni, Siemianowice (XII) 412 pkt.
4. Bartniczek Eberhard, Orzesze (XI) 373 pkt.
5. Arendarczyk Ernest, Bogucice (II) 332 pkt.
6. Ćwięczek Marjan, Katowice II (II) 325 pkt.
7. Hadamik Karol, Nowy Bytom (XIII) 306 pkt.

Najlepsze wyniki w bojach lekkoatletycznych osięgnęli:

Bieg 200 mtr. — Ćwięczek, Katowice II — 26 sek.
Skok wzwyż — Palion, Siemianowice — 1.55 mtr.
Skok o tyczce — Palion, Siemianowice — 3,15 mtr.
Dysk — Palion, Siemianowice — 29 mtr.
Oszczep — Ćwięczek, Katowice II — 36.90 mtr.

„SOKÓŁ“, A SPORT I WYCHOWANIE FIZYCZNE

Zdrowemi hasłami dni dzisiejszych są: wychowanie fizyczne i sporty.

Jeszcze w pierwszych latach bieżącego stulecia widok młodzieńca uprawiającego sporty w kostjumie lekkoatletycznym uważany był za coś gorszącego; kobieta zaś w takimże kostjumie na boisku była — przynajmniej u nas — zjawiskiem prawie nieznanem...

A dziś miljony młodzieży i osób dorosłych — mężczyzn i kobiet — zaludniają tysiące boisk, kortów tennisowych, pływalń, torów kolarskich i wśród gorących promieni słońca, wśród podmuchów zdrowego powietrza korzystają z dobrodziejstw ruchu i higjeny...

Objawy te, chociaż budzą niekiedy pewne zastrzeżenia co do umiarkowania i przyzwoitości w sportach, muszą budzić też szczere zadowolenie jako czynniki tężyzny fizycznej narodu i jego pokoleń...

Przy tem wszystkiem mówi się dużo o znaczeniu sportów i o wychowaniu fizycznem i bardzo często miesza się ze sobą te dwa pojęcia... Czemże jest sport, a czem wychowanie fizyczne i jaki jest ich wzajemny stosunek?...' Każdy z nas uprawia jakiś sport, kto na wolnem powietrzu, w warunkach jaknajbardziej higjenicznych energię swoją wyła-

dowuje w ruchu skoordynowanym, planowym, obliczonym zarówno na efekt, w postaci osiągania najlepszych wyników, jak i na pewnego rodzaju emocję i zadowolenie osobiste.

A więc biegacz, skoczek, łyżwiarz, narciarz, pływak, kolarz i t. p. — wszyscy oni, dążąc do jaknajwiększego usprawnienia swych mięśni, pragnąc jaknajlepszych wyczynów swego specjalizowanego ruchu i osiągając przez to emocję i zadowolenie — są sportowcami.

Ale sporty, prócz bardzo wielu pierwiastków pożytecznych, posiadają także braki i niebezpieczeństwa w postaci jednostronności, lub też przeładowania. Zarówno jedno, jak i drugie nie przynosi sportowcowi pożytku, a często przynosi mu szkodę na zdrowiu, o ile stanie się on ofiarą przesady w jakimkolwiek kierunku. Nie jest wzorem do naśladowania piłkarz, czy kolarz z potężnemi mięśniami nóg, a ze słabemi rękami i z zapadłą klatką piersiową. Nie jest też ideałem rozwoju fizycznego nawet mistrz świata w jakiejś konkurencji sportowej. Ludzie ci przez uprawianie sportów — w pogoni za specjalizacją i rekordami — dochodzą tylko do częściowego rozwoju ciała; o ile zaś forsownie uprawiają więcej rodzajów sportu, dochodzą z czasem do wyczerpania sił i zaniku zdrowia organizmu.

Sporty należy więc uprawiać oględnie, z umiarem i nie należy uważać ich za cel ostateczny, a tylko za środek do celu, którym jest pełne, racjonalne wychowanie fizyczne człowieka... Sporty możnaby nazwać zdrową rozrywką, połączoną z pewną przyjemnością, **wychowanie fizyczne natomiast — to praca w całem słowa znaczeniu.** Praca ciężka wymagająca nieraz poświecenia, długich wysiłków, często niewdzięczna, opierająca się na gruntownie przemyślanych metodach i coraz udoskonalanych środkach... Wychowanie fizyczne ma doprowadzić do pełnego i harmonijnego rozwoju całego ciała ludzkiego , podobnie jak wychowanie moralne i umysłowe ma dać pełny rozwój i siłę wszystkich władz duchowych. I podobnie jak w szkole, czy w domu uczeń musi wykonywać szereg ćwiczeń i prac ciężkich i nudnych ale pożytecznych i kształcących, tak też adept wychowania fizycznego, żeby ciało swoje rozwinąć i wzmocnić, musi uprawiać systematycznie zbiór ćwiczeń całego systemu mięśniowego.

A więc wychowanie fizyczne — to nie zabawka, to nie same tylko przyjemności, to przedewszystkiem praca, **kryjąca w sobie wielki cel: zdrowie i siłę ciała obywateli, tworzących społeczeństwa i narody.**

Obok różnych systemów wychowawczych (np. szwedzki system Linga, niemiecki system Müllera, japoński „dżiu-dżitsu") posługuje się też wychowanie fizyczne sportami, których charakter i rola jako środków pomocniczych okazują się tutaj całkiem jasno.

Wychowanie fizyczne, oparte zawsze na metodzie i odpowiednim systemie, nie nasuwa żadnych obaw i żadnych prawie zastrzeżeń — może je uprawiać każdy człowiek przeciętnie zdrowy i normalny.

A więc sport — to rozrywka, to przyjemność wyładowania energji jednostek wybranych, to nie cel, ale środek do celu; wychowanie fizyczne — to praca żmudna i długa, dostępna dla każdego — to jeden z celów doczesnych ludzkości... Jest jednak pewien związek pomiędzy jednem, a drugiem: Sporty są środkami pomocniczemi w rękach wychowania fizycznego, a znowu wychowanie fizyczne, prowadzące do wszechstronnego rozwoju sił ciała, przyczynia się do większej jego sprawności i co za tem idzie — do lepszych wyczynów w sporcie... Toteż każdy sportowiec powinien jednocześnie uprawiać racjonalne wychowanie fizyczne.

A teraz — jaki jest stosunek „Sokoła do sportu i do wychowania fizycznego?... Odpowiedź prosta — należy sobie tylko uprzytomnić, że **„Sokół" jest właśnie jedną z najstarszych — szkoła przedewszystkiem wychowania fizycznego w pełnym zakresie potrzeb zdrowia i tężyzny jednostek i całych pokoleń...** Niechaj więc nikogo nie dziwi, że „Sokół" nie uległ manji wyłącznie sportowej i że nie ugania się za rekordami, uważając wszelkie sporty jedynie za środek, którym należy posługiwać się rozsądnie i celowo... A celem naszym jest i pozostanie — **pełne wychowanie fizyczne, a na jego gruncie także obywatelskie młodych pokoleń narodu polskiego.**

Marjan Sławiński.

Z ŻYCIA „SOKOŁA" W OKRĘGACH

Okręg Święto Sportowe P. W. i W. F. w Brzezinach Śl. dla gmin Kamienia, Brzezin Śl. i W. Dąbrówki w dniu 25 maja 1930 r.

I. Strzelanie:

a) Dla rezerwistów z broni wojskowej na odległość 100 mtr. leżąc bez oparcia 5 strzałów do tarczy 10 pierścieniowej. — Drużyna złożona z 6-ściu druhów.

I. miejsce Zw. Powstańców Śl. W. Dąbrówka,
II. „ Sokół Kamień,
III. „ Sokół Brzeziny Śl.

b) dla rezerwistów indywidualne z tej samej broni i na tych samych warunkach jak pod a).

1. miejsce drh. Szweda Franciszek, Sokół Brzeziny Śl. (40 pkt.)
2. miejsce p. Dziemba Zw. Powstańców Śl. Kamień
3. miejsce p. Płonka Bartłomiej, Zw. Powstańców Śl. W. Dąbrówka.

c) dla przedpoborowych z broni małokalibrowej na odległość stojąc bez oparcia 10 strzałów do tarczy o polu czarnem 40 cm, drużyna złożona z 6-ściu drh.

1. miejsce Zw. Harcerstwa Brzeziny Śl.
2. miejsce P. W. W. Dąbrówka
3. miejsce P. W. Brzeziny Śl.

(Sokoli w tej konkurencji nie brali udziału).

d) dla przedpoborowych indywidualne z tej samej broni i na tych samych warunkach jak pod c)

1. miejsce p. Wilhelm Jendrzok Zw. Harcerstwa, Brzeziny Śl.
2. miejsce p. Szwarc Zw. Powst. Śl. W. Dąbrówka.

e) dla pań z broni małokalibrowej na odległość 50 mtr. stojąc bez oparcia 10 strzałów do tarczy o polu czarnem 40 cm, drużyna złożona z 8 druhen.

1. miejsce P. W. Brzeziny Śl.
2. miejsce Sokół Brzeziny Śl.

Nadmienia się, że w zespole P. W. brały udział 2 sokolice, które krótko przed zawodami przestąpiły do P. W.

f) dla pań indywidualne z tej samej i na tych samych warunkach jak pod e).

1. miejsce p. Michalska P. W. Brzeziny Śl. (przedtem Sokół).
2. miejsce druchna Dominowa Róża Sokół, Brzeziny Śl.
3. miejsce p. Gedygowa Małgorzata P. W. Brzeziny Śl.

II. Trójbój Panów.

(Bieg 100 metr., skok w dal lub w zwyż, rzut kulą, oszczepem lub dyskiem). Drużyna złożona z 3 druhów.

1. miejsce: P. W. Brzeziny Śl. 2 140 punkt.
2. miejsce: Sokół Brzeziny Śl. 2 980 punkt.

Sokołowi nie przyznano nagrody, ponieważ stawał do zawodów tylko w 2 druhów.

III. Trójbój Pań.

(Bieg 60 metr., skok w dal i rzut kulą 5 kl.)

1. miejsce: Sokół Brzeziny Śl.
2. miejsce: P. W. Brzeziny Śl.

IV. Zawody jednostkowe Panów.

a) bieg 100 metr.

1. miejsce: Szneider Paweł, Sokół Brzeziny Śl. (12 sek.)
2. miejsce: Skolik Brunon, P. W. Brzeziny Śl. (12 2/5 sek.)
3. miejsce: Wodarczyk Antoni, Sokół Brzeziny Śl. (12 4/5 sek.)

(poza konkursem drh. Krauze Eugeniusz, Sokół Brzeziny Śl. (11 4/5 sek.)

bieg 800 metrów:

1 miejsce: Hartlik Maks, P. W. Kolejowe Brzeziny Śl.

2. miejsce: Sosinko Juljusz, Sokół Brzeziny Śl.

3. miejsce: Szneider Rudolf, P. W. Brzeziny Śl.

b) skok w zwyż.

1. miejsce: Sosinka Juljusz, Sokół Brzeziny Śl. (1,49 mtr.)
2. miejsce: Skolik Hubert, P. W. Brzeziny Śl. (1,43 mtr.)
3. miejsce: Drzyzga Jan, P. W. Brzeziny Śl. (1,38 mtr.)

c) skok w dal.

1. miejsce: Krauze Eugenjusz, Sokół Brzeziny Śl. (5.24 mtr.)
2. miejsce: Skolik Hubert, P. W. Brzeziny Śl. (5,22 mtr.)
3. miejsce: Szneider Paweł, Sokół Brzeziny Śl. (5,09 mtr.)

d) rzut kulą.

1. miejsce: Nieszyn Jan, P. W. Wielka Dąbrówka (10,80 mtr.)
2. miejsce: Szneider Paweł, Sokół W. Dąbrówka (8,89 mtr.)
3. miejsce: Koj Wilhelm, P. W. Wielka Dąbrówka (7,90 mtr.)

e) rzut oszczepem.

1. miejsce: Nieszyn Jan, P. W. Wielka Dąbrówka (40,36 mtr.)
2. miejsce: Finka Jerzy, P. W. Brzeziny Śl. przedtem Sokół Szarlej (30,80 mtr.)
3. miejsce Koj Wilhelm, P. W. Wielka Dąbrówka (28,08 mtr.)

f) rzut dyskiem.

1. miejsce: Nieszyn Jan, P. W. Wielka Dąbrówka (30,42 mtr.)
2. miejsce: Krauze Eugenjusz, Sokół Brzeziny Śl. (26 24 mtr.)
3. miejsce: Wodarczyk Antoni, Sokół Brzeziny Śl. (24,80 mtr.)

V. Zawody jednostkowe Pań.

a) bieg 60 metr.

1. miejsce: Kalusówna, P. W. Brzeziny Śl. (9²/₅ sek.)
2. miejsce: Krzewska Łucja, Sokół Brzeziny Śl. (9 4/5 sek.)
3. miejsce: Krzewska Anna, Sokół Brzeziny Śl. (10 sek.)

b) skok w zwyż.

1. miejsce: Kzewska Łucja, Sokół Brzeziny Śl. (1,20 mtr.)
3. miejsce: Kalusówna, P. W. Brzeziny Śl. (3,53).
3. miejsce: Sobalanka, P. W. Brzeziny Śl. (1,05 m.)

c) skok w dal.

1. miejsce: Krzewska Anna, Sokół Brzeziny Śl. (3,59 mtr.)
2. miejsce: Krzewska Łucja, Sokół Brzeziny Śl. (3,54 mtr.)
3. miejsce: Kalusówna, P. W. Brzeziny Śl. (3,53).

d) rzut kulą.

1. miejsce: Krzewska Anna, Sokół Brzeziny Śl. (7,93 mtr.)
2. miejsce: Krzewska Łucja, Sokół Brzeziny Śl. (7,50 mtr.)
3. miejsce: Lukoszkówna Hel., Sokół Brzeziny Śl. (7,38 mtr.)

e) rzut dyskiem.

1. miejsce: Lukoszkówna Hel., Sokół Brzeziny Śl. (20 83 mtr.)
2. miejsce: Krzewska Łucja, Sokół Brzeziny Śl. (19,30 mtr.)
3. miejsce: Aniołówna Hel., P. W. Brzeziny Śl. (16,80 mtr.)

VI. Sztafety Pań i Panów.

(4 × 60 mtr. i 4 × 100 mtr.)

Sztafeta Pań — Sokół Brzeziny Śl. (44 2/5 sek.)
„ Panów Sokół Brzeziny Śl. (52 sek.)

VII. Tok lekcyjny gimnastyczny.

Sokół Brzeziny Śl. Inne zespoły do tychże zawodów nie stawały.

VIII. dla najlepszych zespołów z organizacji:

1. miejsce: Sokół Brzeziny Śl. druhowie.
1. miejsce: Sokół Brzeziny Śl. druchny.

Uwaga: Na ogólną ilość nagród w liczbie **56** otrzymał Sokół Brzeziny Śl. **26.**

Z ŻYCIA „SOKOŁA“ W GNIAZDACH

Ligota (II). Uroczystość 10-lecia. W dniach 31. maja i 1. czerwca br., obchodziło Gniazdo Katowice-Ligota swe 10cio-lecie. Uroczystości jubileuszowe składały się z bardzo obfitego programu a mianowicie:

W sobotę, dnia 31. maja br., w godzinach popołudniowych odbyły się na boisku w Zadolu zawody lekkoatletyczne (10cio-bój druhów, kl. A. i B., i 4-bój druhen), zaś wieczorem o godz. 8-mej na sali p. Jeżeli, uroczysta akademja, podczas której przygrywała orkiestra kopalni Wujek, zaś Chór męski przy Tow. Śpiew. „Lutnia“ z Ligoty odśpiewał szereg pieśni sokolich i ludowych, poczem drużyna Gniazda wystąpiła w ćwiczeniach wolnych i na przyrządach. Huczne oklaski zebranych gości były świadectwem tego, że tak Śpiewacy, jak i Sokoli i Sokolice stanęli na wysokości swych zadań.

Przewodniczący Komitetu Obchodowego (Wykonawczego) drh. F e r d a Stanisław, w którego pracowite ręce oddano zorganizowanie uroczystości, wygłosił odczyt, zawierający narodziny i kronikę Gniazda, oraz spis poległych i zmarłych druhów i druhen, których pamięć na sali zebrane Sokolstwo uczciło przez powstanie z miejsc.

W niedzielę, dnia 1. czerwca br., rano o godzinie 6-tej, odbył się bieg trwały na trasie wynoszącej 3000 m, zaś o godzinie 10.30 zebrało się Sokolstwo na nabożeństwie w klasztorze O. O. Franciszkanów w Panewniku, po którem drh. Ferda imieniem Komitetu Obchodowego i Gniazda-Jubilata powitał przybyłych na uroczystości przedstawicieli władz sokolich Dzielnicy Śl. i Okręgu II. w osobach druha wiceprezesa Koźlika Karola, drh. skarbnika Smoczyka, drh. dr. Wróblewskiego, drh. prezesa okr. Brzeskota, drh. Baranka, oraz drużyny bratnich Gniazd i gości, poczem nastąpiła wspólna fotografja, oraz przerwa obiadowa.

W godzinach popołudniowych młodsza drużyna udała się na boisko w Zadolu, gdzie odbywało się zakończenie zawodów pod kierownictwem przewodniczącego grona sędziów, drh. Pawła Jarczyka starsi goście zaś przy dźwiękach orkiestry kopalnianej, bawili się w ogrodzie p. Jeżeli.

Uroczystości jubileuszowe zakończono zabawą taneczną, która w bardzo miłym nastroju przeciągnęła się do ranka dnia następnego, zaś prezes Gniazda drh. Świtała ogłosił następujące wyniki osiągnięte przez zawodników.

S p r a w o z d a n i e z z a w o d ó w.

urządzonych w dniach 31 .V. i 1. VI. przez Gniazdo Katowice-Ligota z okazji 10-cio lecia założenia Gniazda.

Przewidziane boje: 1) dla druhów 10-cio bój kl. A i B, 2) dla druhen 4-ro bój, 3) bieg na 3000 m, 4) sztafeta 4×100 m. Do zawodów stanęło: 35 druhów, 16 druhen, oraz 5 zespołów do sztafety.

Nagrody otrzymali. 10-cio bój klasa A: 1. drh. Chroszcz Paweł, Gniazdo Załęże; 2. drh. Arendarczyk Ernest, Bogucice; 3. drh. Langer Erwin, Załęże; 4. drh. Peda Kazimierz, Załęże. 10-cio bój klasy B: 1. drh. Klukowski Ludwik, Kat.-Brynów; 2. drh. Kotas Franciszek, Kat.-Bogucice; 3. drh. Sonnek Piotr, Żory; 4. Jordawski Alojzy, Kat.-Bogucice. — 4-ro bój druchen: 1. druchna Mecnerówna Otylja, Gniazdo Katowice II., 2. drucha Imielanka Hildegarda, Kat.-Brynów; 3. druchna Błaszczykówna Jadwiga, Kat.-Brynów; 4. druchna Zarandowska Jadwiga, Załęże. — Bieg 3000 m: 1. drh. Nowara Maksymiljan, Gniazdo Katowice II; 2. drh. Benisz Jan, Żory; 3. drh. Wiertelak Stefan, Kat.-Brynów; 4. drh. Łagódka Stefan, Kat.-Bogucice; 5. Janko Jan, Kat.-Brynów. — Sztafeta 4×100 m: 1. Gniazdo Katowice-Brynów; 2. Gniazdo Katowice II; 3. Gniazdo Mikołów.

Poszczególne wyniki osiągnięte na zawodach: Skok wzwyż 1,60 m, drh. Sonnek P. Żory. Rzut oszczepem 37,22 m, drh. Ćwięczek E. Katowice II. Rzut dyskiem 27,75 m, drh. Cyranek K. Mikołów. Pchnięcie kulą 9,59 m, drh. Klukowski J. Brynów. Skok wdal 4,47 m, druchna Imielanka H. Brynów. 3000 m 9.33 min., drh. Nowara M. Katowice II. Sztafeta 4×100 m 52 sek., Gniazdo Kat.-Brynów.

J. H e y d u k, naczelnik gniazda.

Zabrzeg (X).

Tow Gimnastyczne „Sokół“ w Zabrzegu obchodzi w niedzielę, dnia 13 lipca 1930 roku pod protektoratem X Okręgu Sokolego Dzielnicy Śląskiej **Uroczystość poświęcenia sztandaru** połączoną z pięcioleciem założenia Gniazda, na którą ma zaszczyt zaprosić wszystkie Zarządy Okręgowe i Gniazda Dzielnicy Śląskiej.

Uroczystość odbędzie się bez względu na pogodę.

Program:

1. Przyjmowanie gości i zaproszonych Związków w ogrodzie druha Klossa.
2. Zbiórka o godz. 10-tej i odmarsz na nabożeństwo, poświęcenie sztandaru oraz wpisywanie się do księgi pamiątkowej.
3. O godz. 12.30 wspólny obiad. (Uprasza się o wcześniejsze zgłoszenia).
4. O godz. 13-tej dalsze wpisywanie się do księgi pamiątkowej.
5. O godzinie 14.30 wielki Festyn na łące p. Kusia nad Wisłą, podczas którego odbędą się ćwiczenia druhów — Wieczorem zabawa.

Cieszyn (X). Z działalności „Sokoła“. W grudniu 1929 r. odbyło się Walne Zgromadzenie Tow. gimn. „Sokół“ w Cieszynie przy udziale 60 członków. Zebranych powitał drh. prezes Prof. Antoni Anders, wskazując w swem przemówieniu na wytyczne kierunki pracy w roku 1929, w gorących słowach wspomniał drh. prezes o nieodżałowanej stracie jaką poniosło Towarzystwo przez śmierć druha Ks. prałata Józefa Londzina, członka honorowego, cześć jego pamięci oddali obecni przez powstanie z miejsc. Potem przystąpiono do porządku dziennego i wysłuchano sprawozdań poszczególnych członków Zarządu jak: sekretarza, skarbnika, naczelnika, gospodarza i t. p. Głównym wytycznym kierunkiem pracy Gniazda cieszyńskiego były starania około rozwoju wychowania fizycznego naszych członków. Ciężkie warunki w jakich się nasze Gniazdo znajdowało, nie posiadając własnej sali i boiska do ćwiczeń, utrudniały pracę na naszem polu. Dlatego Towarzystwo zaczęło w ubiegłym roku gromadzić fundusze na budowę Sokolni. Prace w tym kierunku wydały pomyślne rezultaty, gdyż Towarzystwo nabyło parcelę wartości 10.000

złotych. Stało się to dzięki intensywnej pracy Towarzystwa oraz ofiarności zacnego drh. Józefa Horaka, któremu Sokolstwo cieszyńskie za ten prawdziwie sokoli i obywatelski czyn składa na tem miejscu swe podziękowanie. W końcu przystąpiono do wyborów nowego Zarządu, którego skład przedstawia się następująco: prezes, Antoni Anders, profesor; wiceprezes, Antoni Marcinek, ekonom; sekretarz, Andrzej Biłko, nauczyciel; zast. sekr., Stanisław Kuśmierz, profesor; skarbnik, Paweł Kozieł, nauczyciel; zast. skarbn., Apolonja Pastuszkówna, urzędniczka; naczelnik, Józef Zając, profesor; gospodarz, Franciszek Czylok, urzędnik; Wydziałowi: Ks. Jan Sznurowacki, Jan Madej, profesor; Karol Fukała, naucz. szk. wydz.; Jan Hodurski, urzędnik i Jan Juraszek, przemysł.

LEKKOATLETYKA

Przegląd najlepszych lekkoatletów śląskich.

Pod powyższym tytułem umieszcza „Sport" Nr. 18 z 3 VI. br. wywiad z sekretarzem GOZLA. p. Koczurem (a nie Kocurem jak podaje Sport). Nie wdając się zupełnie w polemikę z całym wywiadem, który jest rzeczowo opracowany co do pojedynczych zawodników, nie możemy pogodzić się z wypowiedzeniem co do organizacyi Mianowicie omawiając organizacje powiada: „Lokalnie najsilniejsze są kluby: Stadjon 173 lekkoatletów, **Sokół 90. (wykazuje chroniczny brak żywotności) i t. d.**"

Zwrot ten jest dla nas niejasny i wogóle niezrozumiały, tembardziej, że wypowiedziany przez osobę, która badź co bądź z życiem Sokoła jest na wskroś obznajomiona.

Jeśli zdanie to ma być tak rozumianem jak jest wypowiedziane, to stwierdzić musimy, że jest wręcz przeciwnie.

Która bowiem organizacja więcej pracuje nad wszechstronnym rozwojem wychowania fizycznego, jak nie Sokół?

Jeśli Sokół nie produkuje rekordzistów w bojach jednostkowych to nie oznacza to minusów dla pracy Sokolej ani też nie może wykazywać „chronicznego braku żywotności" — bo nie jest to celem Sokoła, lecz stwierdzić musimy, że żadna inna organizacja nie może się pochlubić tem, żeby posiadała dziesiatki zawodników wszechstronnych, o dość dobrych wyczynach; zawodników, którzy każdej chwili gotowi stanąć do każdej konkurencji.

Że tak jest wynika z tego, że rok rocznie na urządzane przez Dzielnice zawody w dziesieciobóju olimpijskim staje z Okręgów po 30 — 40 zawodników. Czy impreza ta urządzana przez G. O. Z. L. A. może poszczycić sie taką liczba? Liczba powyższa, to wybrani zawodnicy z Okręgów. — Na zawodach większości okręgów w każdym z nich do zawodów staje od 40 — 50 zawodników mając przeciętne wyniki. Gdzie tu zatem ten „chroniczny brak żywotności"?

Najwyższy czas by kluby sportowe, a szczególnie ch przełożona władza jaka jest Zarzad G. O. Z. L. A. skończyły z aluziami do rekordomanii, a zajęły się praca pożyteczną nie dla jednostek, lecz dla ogółu. Śledząc prace klubów i G. O. Z. L. A. od kilku lat nie można dopatrzeć sie jakiegoś narybku, ciągle jedne i te same nazwiska przewijają sie po szpaltach gazet, najwyżej, że jednemu lub drugiemu klubowi uda się ułowić w cudowny sposób jakiegoś asa, a pozatem pustka. — Tego stanu w Sokole nie było i nie będzie.

*

Mistrzostwa klasy „C".

Dnia 26 maja br. odbyły się zawody o mistrzostwo klasy „C" w śląskim O. Z. L. A.

W ogólnej klasyfikacji zawodników mistrzem został K. S. Pogoń, Katowice uzyskawszy 85 pkt. 2. Stadjon, Król. Huta 50 pkt. 3. Sokół Czeladź 34 pkt. 4. Śl. K. L. A., Katowice 18 pkt. 5. Sokół — Siemianowice 16 pkt. 6. Sokół, Katowice 12 pkt. 7. Kolejowy 5 pkt. 8. Sokół Król. Huta 3 pkt. 9. K. S. 22, M. Dąbrówka 3 pkt.

*

Spotkanie Śląsk Polski — Niemiecki.

Dnia 8 czerwca odbyło się z rzędu ósme spotkanie zespołów lekkoatletycznych Śląska Polskiego z Niemieckim, w którem zespół polski zwyciężył 79 pkt. na 58, zdobywszy tem samem na stałe nagrodę wędrowna.

W zespole polskim bierze udział z Sokoła drh. Żyłka, startując w trzech konkurencjach.

*

Wojew. Święto W. F. i P. W.

W dniach 14 i 15 czerwca br. odbyło się w Król. Hucie na Stadjonie Wojewódzkie Święto W.F. i P. W. Święto to miało być rewją sportową, która miała wykazać dorobek na polu pracy nad wychowaniem fizycznem społeczeństwa śląskiego. Czy rewja spełniła w zupełności swe zadanie? Tylko częściowo. Dlaczego? Bo na rewji tej nie był reprezentowany cały Śląsk. Na rewię stawiły się tylko zespoły szkół średnich **(a gdzie szkolnictwo powszechne?)**, dalej hufce i oddziały P. W. wreszcie kilka klubów sportowych ze swymi asami — a **gdzie reszta organizacyj w. f.?**

Dlaczego Komitet wojewódzki W. F. urządzając taką imprezę zamknął za sobą drzwi dla szerszego ogółu? Dlaczego do Komitetu organizującego święto nie wciągnięto wszystkich organizacyj? — Efektowne pokazy harcerzy, drużyn ratowniczych Czerwonego Krzyża i lotnicze obrony przeciwgazowej nie powinny były stanowić kulminacyjnego punktu uroczystości.

Lekcje pokazowe skrócone młodzieży, które były ograniczone do minimum, nie mogly przedstawić całokształtu wychowania fizycznego uprawianego w szkole.

Wreszcie należało wyprowadzić na boisko masy młodzieży a nie grupki. Zawody młodzieży w grach i bojach lekkoatletycznych, ponieważ już były finałowe, nie mogły uzupełnić braków skróconych lekcyj innych zespołów.

Dla tego też słusznie możemy powiedzieć, że impreza ta został wykonaną tylko połowicznie.

ZWIĄZEK POLSKICH ZWIĄZKÓW SPORTOWYCH

r o z p i s u j e

Konkurs wśród sportowców

n a t e m a t

Ile cukru spożywam dziennie i jaki zauważyłem wpływ cukru na kondycje i wyniki w czasie mej karjery sportowej

168 nagród

1a nagroda — Motocykl z przyczepką marki „C. W. S."
2a „ — „Faldboot" — kajak płócienny składany z żaglem z nożnym sterem.
3a „ — „B o b s l e i g h" oryginalny szwajcarski 4-osobowy.
4 — 9 „ — 5 rowerów marki „Łucznik" z wolnem kołem.
10a „ — aparat fotograf. wartości 300 zł
11a „ — rakieta Slazengera „Doherty" i tuzin piłek „Hard Court"
12a „ — narty „Hickory" z wieżbami.
13 — 18 nagrody — 5 par nart jesionowych z wieżbami.
19 — 22 „ — 3 pełne komplety piłki koszykowej (Basket-ball).
23 — 28 „ — 5 pełnych kompletów piłki siatkowej.
29a nagroda — Komplet do boksu (piłka i para rękawic).
30a „ — Łyżwy „Salchow".
31 — 41 nagrody — 10 piłek do footballu ang. ręcznie szytych.
42 — 62 „ — 20 sanek dwuosobowych typu „Davos".
63 — 78 „ — 15 par butów do footballu.
79 — 99 „ — 20 par łyżew „Turfów".
100 — 105 „ — 5 dwukilowych dysków z mosiężnemi nitami i śrubą do tarowania.
106 — 111 „ — 5 finlandzkich (olimpijskich) oszczepów.
112 — 122 „ — 10 par pantofli do skoków z kolcami.
123 — 133 „ — 10 par pantofli do biegów z kolcami.
134 — 168 „ — 34 pary pantofli do biegów maratońskich na indyjskiej gumie.

Na życzenie nagrodzonych, przedmioty, na których da się to zrobić, zostaną zaopatrzone w plakiety lub ryte napisy pamiątkowe. Każdy z przedmiotów, na życzenie nagrodzonych, może być wymieniony na przedmiot sportowy równej wartości, lub wyższej za dopłatą przez wynagrodzonego.

Regulamin konkursu.

1. Ostateczny termin nadsyłania prac upływa 15 listopada 1930 r.
2. Prace muszą być nadesłane w zamkniętej kopercie, opatrzonej godłem.
3. Nazwisko stającego do konkursu, ewentualnie nazwa ubiegających się o nagrodę Związku lub Towarzystwa Sportowego, powinno być umieszczone w innej zamkniętej kopercie, opatrzonej takiemże godłem. Przy nazwiskach indywidualnych, o ile należą do sportowców zrzeszonych, winna być zaznaczona przynależność sportowa.
4. Pracę przesyłać należy pod adr.: Związek Polskich Związków Sportowych Warszawa, Wiejska 11.

Skład jury:

Przedstawiciel Związku Polskich Związków Sportowych, Przedstawiciel Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego, Przedstawiciel Centr. Instytutu Wychowania Fizycznego (C. I. W. F.), Przedstawiciel Polskiego Związku Dziennikarzy i Publicystów Sport. Przedstawiciel Rady Naczelnej Polskiego Przemysłu Cukrown., Dyrektor Biura Propagandy Konsumcji cukru.

Komplet broszur o cukrze za otrzymaniem na porto 1 zł wysyła każdemu: Biuro Propagandy Cukru, Warszawa, Krakowskie Przedmieście 55.

RÓŻNE

Dlaczego cukier?

Związek Polskich Związków Sportowych ogłosił, że rozpisuje dwa wielkie konkursy, których właściwym celem jest wpłynięcie na wzmożenie konsumacji cukru przez sportowców.

Może się to wydać dziwnem, że nasza najwyższa magistratura sportowa taką sprawą, napozór znajdującą się w dalekim bardzo związku z jej programową pracą, tak energicznie się zajęła.

Mniemanie takie byłoby jednak bardzo nierozważne. Kwestja diety sportowca, to przecież zagadnienie wagi pierwszorzędnej. Wiemy wszyscy, jak wpływa odżywienie na wydajność pracy, a pamiętamy, jak to na karb złej kuchni kładziono złe wyniki, uzyskane na Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu. Do Amsterdamu Polacy zawieźli już własnego kucharza; taksamo zresztą uczyniły prawie wszystkie narody. Czemu się więc dziwić, że teraz Komitet Olimpijski posunął się jeszcze dalej i chce, by sportowcy racjonalnie się żywili nietylko podczas wyjazdu do Los Angelos, ale i przez cały okres przygotowań? Jakakolwiek dieta, jakikolwiek zabieg zdrowotny wtedy tylko mogą odnieść pożądany skutek, gdy będą stosowane nie sporadycznie i nie przypadkowo. lecz systematycznie i świadomie. Atletę, który się przez miesiąc nie trenował, jeden seans zaprawy nie uratuje, ale przyprawi o cały szereg bólów i skurczów, które na przeciąg kilku dni uczynią zeń kalekę.

Tak samo, kto się nigdy nie masował, będzie bardzo żałował, jeśli przed ważnemi zawodami odda się w ręce masażysty. Bo gdy wstanie, nie będzie zdolny do wykonania jakiegokolwiekbądź ruchu. Tak samo racjonalne odżywianie wtedy tylko powiększy sprawność i pomnoży energię, gdy będzie stosowane konsekwentnie przez okres dłuższy.

O to właśnie Związkowi Związków napewno chodzi, i dlatego już w roku 1930 wszczął on akcję, zmierzającą ku temu, by na rok 1930 rok olimpijski, przygotować liczne zastępy młodych ludzi, kipiących zdrowiem i żądnych wyładowania nagromadzonych sił.

A dlaczego właśnie o cukier Związkowi chodzi — jest chyba jasnem dla każdego, choćby pobieżnie obznajmionego z wynikami naukowych badań nad fizjologią wysiłku mięśniowego. Cukier, to przecież ten węgiel, który pcha naprzód ludzką lokomotywę, to ten opał, który zaspakaja pragnienie spalających się muskułów. Sportowiec jest ciągle w ruchu. A zwiększona działalność kinetyczna wymaga zwiększenia dawki węglowodanów, których idealnym przedstawicielem jest właśnie cukier. Teoretycy twierdzą, że normalną dla czynnego sportowca ilością spożywanego dziennie cukru jest 1/4 kilo.

Do tego nam w praktyce naogół jeszcze bardzo daleko. Jesteśmy jednym z narodów, spożywających cukru najmniej — i nie dziwmy się, jeśli będziemy uważani zagranicą za naród o małej zdolności do wysiłku. Wzmożenie kosumcji cukru, wzmożenie energji życiowej Polaków — jest sprawą ważną nie tylko dla świata sportowego, żądnego wawrzynów olimpijskich, lecz dla całego kraju.

Zapewne, to „detal“, zapewne, to „drobnostka“. Ale z drobnostek składają się rzeczy wielkie i od detali zależą czasem wydarzenia historyczne. Nie trzeba więc z ironicznem zdziwieniem patrzeć na inicjatywę Związku Polskich Związków Sportowych. Ten szczególik, jakim się najwyższa instytucja sportowa obecnie zajęła, to szczególik ogromnie doniosły. Bo gdybyśmy doszli do tych 1/4 kilo, to rezultaty dałyby się wyraźnie odczuć nietylko w Los Angelos, ale na każdym terenie życia społecznego Polski.

Wiktor Junosza.

Rower dla szerokich mas.

W niedawno wydanem sprawozdaniu rocznem „WTC“ na pierwszych stronach znajdujemy „autograf” Bolesława Prusa, w którym Mistrz wyraża nadzieję, że rower wkrótce będzie tak tani. iż stanie się dostępny nawet dla najbiedniejszych.

Nadzieje mistrza zaczynają się realizować. Państwowe Wytwórnie Uzbrojenia wypuściły na rynek 40.000 rowerów marki „Łucznik“, które są tanie, eleganckie, trwałe, przygotowane specjalnie do polskich dróg i szos.

Posunięcie Państwowych Wytwórni Uzbrojenia w kierunku produkcji rowerów tanich a dobrych, uważamy za najwłaściwsze, jeśli chodzi o popularyzację kolarstwa i lokomocji rowerów wśród warstw małozamożnych.

Nakładem Przewodnictwa Dzielnicy Śl Związku Sokołów. — Czcionkami „Księgarni i Drukarni Katolickiej“. Sp. Akc. w Katowicach. Odpowiedzialny Redaktor Karol Koźlik, Katowice, ul. Drzymały nr. 3.